Nr. 20. Październik 15 Cena 70 gr.

MŁODA MATKA



DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY ZDROWIU I WYCHOWANIU DZIECKA DO LAT 7-MIU

PISMO POPIERANE PRZEZ POLSKIE TOWARZYSTWO PEDJATRYCZNE

Jak ma się zachować matka przy odstawianiu dziecka od piersi.

Odstawianie od piersi odbywa się przeważnie stopniowo. Już od 5-go—6-go miesiąca życia niemowlęta przechodzą na tak zw. mieszane karmienie, przez stopniową i kolejną zamianę karmienia piersią na pokarm sztuczny. W ten sposób już pod koniec pierwszego roku życia dziecko jest tylko raz jeden karmione piersią, wreszcie i to ostatnie zostaje zastąpione karmieniem sztucznem.

Pierś matki naogół z łatwością przystosowuje się do wymagań jej stawianych—wydłużanie przerw między karmieniami, skutkiem podania w międzyczasie pokarmu sztucznego, nie pociąga za sobą bynajmniej wytwarzania się podwójnej lub wielokrotnej porcji mleka — zazwyczaj bowiem w tym okresie ilość wytwarzanego mleka stopniowo się zmniejsza, w miarę zastępowania pokarmu naturalnego sztucznym.

Przypomnę tu, że staramy się zwykle, aby odstawienie od piersi nie nastąpiło w miesiącach letnich, kiedy dzieci małe odznaczają się dużą skłonnością do zaburzeń jelitowych; pozatem nie odstawiamy dziecka w okresie niedomagania, lub bezpośrednio po przebytej chorobie.

Odstawianie stopniowe — poprzez karmienie mieszane — nie jest brzemienne w przykre następstwa ani dla matki, ani dla dziecka. Dziecko bowiem zupełnie dobrze przystosowuje się do pokarmu sztucznego, pozbawienie go ostatniego jedno- lub dwukrotnego karmienia piersią przechodzi przeważnie niepostrzeżenie.

Również pierś karmicielki nie wymaga specjalnej opieki: już po kilku dniach, nawet przy forsownem uciskaniu gruczołów mlecznych, możemy wycisnąć zaledwie parę kropel.

Inaczej ma się sprawa, gdy dziecko musi być odstawione od piersi raptownie. Naogół ten rodzaj odstawiania jest przeciwwskazany, bywa jednak czasem konieczny: poważna choroba matki, konieczność rozstania się z dzieckiem z takiego lub innego powodu. Aczkolwiek najpoważniejszym bodźcem do wytwarzania się mleka jest ssanie, i, zdawałoby się, że przerwanie karmienia szybko przerwie wytwarzanie się mleka, to jednak napotykamy tu na pewne trudności.

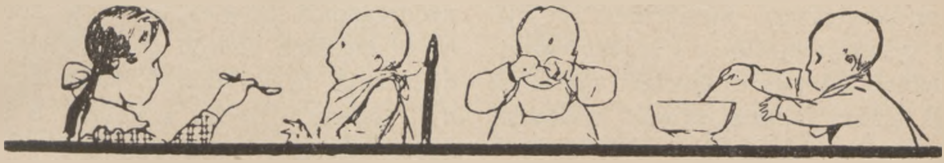
Przy nagłem przerwaniu karmienia pierś przez pewien czas wytwarza jeszcze duże ilości mleka; niewydalone mleko przyczynia się do zastoju w pęcherzykach gruczołu mlecznego, do jego stwardnienia, obrzmienia i bolesności, może się nawet stać przyczyną powstania ropnia, wystąpienia gorączki. Odciąganie mleka po odstawieniu dziecka od piersi jest wręcz przeciwwskazane, gdyż wytworzymy błędne koło: odciąganie jest, również

jak i ssanie, bodźcem do wytwarzania się mleka.

Przy raptownem odstawieniu dziecka od piersi karmicielka musi przez pewien czas ograniczyć ilość przyjmowanych płynów, a nawet i pokarmów stałych. Obie piersi należy podwiązać i nałożyć na nie kompres pod ceratką ze zwykłej pokojowej wody. Należy dbać o regularne wypróżnienie, a czasem nawet uciec się do środka przeczyszczającego. Takie postępowanie naogół wystarczy do przerwania produkcji mleka, oczywiście, jeżeli dziecko z całą pewnością nie ssie.

O djecie dziecka w ckresie zwykłego odstawiania od piersi — innym razem.

Dr. T. Lewenfiszowa.



O kwaśnych przetworach mlecznych w odżywianiu niemowląt i dzieci.

(Ciąg dalszy).

W poprzednim artykule omówiliśmy zwykłe mleko kwaśne i jogurt. Obecnie przechodzimy do maślanki i kefiru. Maślanką, ogólnie biorąc, nazywamy mleko zakwaszone i pozbawione tłuszczu. Produkt ten w sposób naturalny powstaje przy zbijaniu masła z kwaśnej śmietany. Maślanka tego rodzaju znaną już była oddawna jako namiastka dla odżywiania niemowląt pozbawionych piersi.

Ponieważ trudno o otrzymanie świeżej, czystej i jednolitej co do składu maślanki — produktu powstającego przy zbijaniu masła — obecnie maślankę leczniczą przygotowuje się inaczej. Nie będziemy tu jednak wchodzić w szczegóły różnych sposobów przygotowywania maślanki.

Maślankę, zazwyczaj osłodzoną cukrem stołowym, podaje się niemowlętom zwykle nierozcieńczoną; może jednak być podawaną razem z klejem ryżowym.

Maślanka jest to właściwie kwaśne mleko, lecz pozbawione w znacznym stopniu tłuszczu, dokładnie rozbite na drobne kłaczki i przegotowane. Maślanka zawiera sporo kwasu mlecznego, jednak znacznie mniej, niż jogurt. Różni się ona od mleka słodkiego tem, że:

1) zawiera mało tłuszczu;

2) zawiera mniej cukru mlecznego (którego część uległa fermentacji);

3) zawiera kwas mlekowy;

4) zawiera dużo białka w postaci zmienionej (ściętej i rozbitej na drobne kłaczki, które pod wpływem kwasu i bakterji uległy niejako „nadtrawieniu";

5) zawiera wszystkie niezbędne sole mineralne, które mają własność hamowania odwodnienia niemowląt, tracących dużo wody wraz z płynnemi stolcami i wymiotami.

Dzięki właśnie tym zmienionym własnościom, maślanka w rękach lekarza bywa niezastąpionym środkiem leczniczym w niektórych chorobach niemowlęcych.

Ponieważ maślanka jest pokarmem-lekarstwem, stosowanie jej bywa tylko przejściowe i krótkotrwałe; wartość odżywcza bowiem maślanki jest mała. Zresztą zalecić maślankę może tylko lekarz.

Kefir jest to musujący, smaczny i orzeźwiający napój. Kefir otrzymuje się z mleka krowiego, poddanego działaniu specjalnego zaczynu (t. zw. grzybków kefirowych). Składają się one z drożdży i bakteryj. Bakterje wywołują w mleku kwaśną fermentację, drożdże zaś rozkładają cukier mleczny na cukier gronowy, bezwodnik kwasu węglowego i alkohol. Sernik w kefirze znajduje się także w postaci b. drobnych kłaczków, co sprzyja jego trawieniu. Mleko na kefir musi być świeże i nietłuste, lepiej zbierane.

Po upływie doby otrzymuje się kefir słaby (jednodniowy), który ma własności lekko czyszczące; po 2-ch dniach—kefir obojętny (dwudniowy); po trzech dniach — kefir o własnościach lekko wstrzymujących.

Kefir, pozostawiony w spokoju, dzieli się na dwie warstwy: dolną tworzy płyn podobny do serwatki; górną stanowi ścięty sernik w postaci drobnych kłaczków, w połączeniu z tłuszczem. Przy wstrząsaniu obie warstwy mieszają się i przez pewien czas kefir ma wygląd jednolitej białej zawiesiny. Smak kefiru jest dosyć ostry i przypomina smak sera. Kefir należy spożywać na zimno i wkrótce po przygotowaniu, gdyż nie może on być długo przechowywany.

Kefir stanowi pokarm łatwo strawny, orzeźwiający i pobudzający czynności żołądka i jelit. U dzieci, a nawet u niemowląt stosowanie kefiru znane jest oddawna w różnych zaburzeniach trawiennych i w przebiegu ciężkich chorób gorączkowych, zwłaszcza przewlekłych. Kefir może być podany dziecku z flaszki, o ile otwór smoczka jest dostatecznie szeroki.

Skład kefiru odpowiada składowi mleka, w którem część cukru mlecznego uległa fermentacji na kwas mlekowy, bezwodnik kwasu węglowego i alkohol, a część sernika uległa początkom trawienia. Dwudniowy kefir zawiera około 0.8% alkoholu i tyleż kwasu mlekowego. Minimalna zawartość alkoholu w kefirze nie jest szkodliwa.

Działanie lecznicze kefiru polega na tem, że jest to pokarm łatwo strawny, dobrze znoszony i nie wymaga dużo pracy ze strony narządów trawienia, gdyż białko w nim jest jakgdyby „nadtrawione". Działa on przeciwgnilnie dzięki kwasowi mlekowemu i łagodząco dzięki bezwodnikowi kwasu węglowego, któremu zawdzięcza pienistość.

Przy stosowaniu kefiru u niemowląt, napotyka się często na znaczne trudności w przyjmowaniu go, które w mniejszym stopniu istnieją i przy podawaniu maślanki. Wpływa na to znaczna kwasota kefiru i gęstość pły-

nu. Dla niemowląt kefir można rozcieńczać pół na pół wodą alkaliczną, np. wodą wapienną. U dzieci starszych niechęć do przyjmowania kefiru zdarza się rzadziej, a niektóre dzieci piją go nawet b. chętnie. Kefir, podobnie jak maślanka, nie może być wyłącznem żywieniem przez czas dłuższy, lecz tylko pokarmem przejściowym lub dodatkowym.

Z całego poprzedzającego zarysu widzimy, że opisane kwaśne przetwory mleczne są do siebie podobne zarówno pod względem składu ich, jak i znaczenia w odżywianiu i leczeniu. Różnią się nieco sposobem przygotowania, nasileniem fermentacji, stopniem kwasoty, gęstości, czystości i jednolitości przygotowania. W ten sposób mniej lub bardziej nadają się w różnym wieku dziecka.

Maślanka, jako najbardziej delikatny i płynny przetwór, szczególnie odpowiednia dla wieku niemowlęcego, stanowi cenny środek leczniczo-odżywczy. Mimo pewnej niechęci ze strony niemowląt do przyjmowania maślanki, nie należy się tem zrażać, a tem bardziej obawiać się; postępując cierpliwie, prawie zawsze udaje się przyzwyczaić dziecko do odmiennego smaku. Ze zjawiskiem niechęci spotykamy się przecie i przy każdej nowej zmianie w odżywianiu niemowlęcia, jak np. przy wprowadzeniu jarzyn, kaszki i t. p. Niejednokrotnie zwracaliśmy już na to uwagę matek.

Kefir stanowi pokarm przejściowy i nadaje się bardziej dla dzieci, począwszy od II roku życia. W I roku zastąpiła go prawie całkowicie maślanka. Małym dzieciom kefir może być podawany rozcieńczony i dobrze osłodzony zwykłym cukrem.

Mleko kwaśne zwykłe odpowiada dzieciom nieco starszym, poza okresem niemowlęctwa, czasami jako pokarm codzienny, szczególnie dla dzieci nieznoszących mleka zwykłego lub cierpiących na przewlekłe zaparcie. W tym wypadku mleko kwaśne, łącznie np. z chlebem razowym, może oddać cenne usługi.

Jogurt, jako pokarm najbardziej ostry, kwaśny i gęsty, może znaleźć zastosowanie u dzieci starszych; u młodszych, jak widzieliśmy — wyłącznie rozcieńczony.

Tak więc stosowanie przez lekarzy różnych przetworów kwaśnych mleka u dzieci bywa celowe i nie powinno napotykać ze strony matek zdziwienia, nieufności lub obawy.

Dr. Jerzy Wiszniewski.

O przedszkolu.

(Stanowisko lekarza)

Zmiana warunków społecznych po wojnie oraz coraz bardziej budząca się świadomość rodziców, że i małe dziecko trzeba umieć wychowywać, zmusza do kierowania małych dzieci do przedszkoli. Światła i cienie tego zagadnienia z punktu widzenia wychowawczego będą rozpatrywane gdzieindziej. Co jednak może o tem powiedzieć lekarz?

Na pierwsze miejsce wysuwa się niebezpieczeństwo chorób zakaźnych. Wiek od 3—7 lat jest nietylko wiekiem chorób infekcyjnych (50% wszystkich schorzeń w tym wieku), ale i przebieg tych chorób jest w tym wieku dość ciężki.

Szanse dziecka, które staramy się ochronić przed zakażeniem, wzrastają proporcjonalnie do liczby dzieci, z któremi się styka i do częstości tych spotkań.

Przedszkole, o dużej liczbie dzieci, przy nieszczęśliwym zbiegu okoliczności może stale świecić pustką wobec rozpanoszenia się w niem różnych epidemij: odry, ospy wietrznej, świnki, błonicy, płonicy i t. d. Z tym faktem — zwiększonej możliwości zachorowania na chorobę zakaźną — muszą się liczyć rodzice, posyłający dziecko do przedszkola.

Nie należy jednak wyobrażać sobie tej sytuacji zbyt czarno.

Przedszkola, o małej liczbie dzieci, o *dobrych* warunkach higjenicznych (lokal, czystość i t. d.), przy rozumnem kierownictwie, dostatecznej kontroli dzieci przychodzących—a zwłaszcza przy *współpracy rodziców*, którzy tylko wtedy posyłają dziecko swe do przedszkola, kiedy są pewni jego zdrowia — dają tylko nie wiele wyższe szanse zachorowania, niż przeciętna, dość liczna rodzina.

Jeszcze raz należy tylko podkreślić konieczność solidarności i rzetelności rodziców. Takie przypadki, jak posyłanie dziecka do przedszkola, gdy rodzeństwo chore jest na chorobę zakaźną lub gdy ma gorączkę, kaszle uporczywie, silnie jest zakatarzone i t. d., nie mogą mieć miejsca. To, że zatrzymanie dziecka w domu jest kłopotliwe, że ono samo desperuje za straconą przyjemnością zabawy z towarzyszami — nie są wytłumaczeniami nieraz bardzo jaskrawych przekroczeń w tej dziedzinie.

Naturalnie zakaźnemi są i takie choroby, jak niektóre choroby skóry, włosów, oczu i t. d. Kultura domu rodziców wymaga też również, żeby ich dziecko nie było — ani zawszone, ani zapchlone.

Inne niebezpieczeństwa przedszkola dla zdrowia dzieci mogą wyniknąć z charakteru przedszkola, jako instytucji *masowo* opiekującej się i wychowującej dzieci. Im lepiej jest postawione przedszkole, im liczniejszy i bardziej wykwalifikowany ma per-

sonel — tem łatwiej jest mu pogodzić gromadny charakter wychowywania dzieci z ich indywidualizacją.

Dotyczy to zwłaszcza pracy umysłowej dzieci, ich wysiłku fizycznego i odpoczynku.

Zbytnia schematyzacja dzieci, zbyt jednostronne ich traktowanie (zwłaszcza przy dużej ich liczbie) może łatwo prowadzić do objawów przemęczenia umysłowego i fizycznego. Odbija się to zaraz na śnie, apetycie i nerwach dziecka. Dzieci słabe, wątłe, nerwowe wymagają odrębnego traktowania.

Pomijam tu naturalnie niebezpieczeństwa, wynikające ze złego lokalu (brak np. ogródka, brud i t. d.), nieumiejętnego kierownictwa (nadmierna hałaśliwość dzieci) i t. d.

Jeżeli więc wychowanie małego dziecka w rodzinie pozwala na większe zabezpieczenie dziecka przed chorobami, na ustalenie mu trybu życia bardziej dostosowanego do jego potrzeb, to jednak nie można niedoceniać korzyści, jakie daje dla zdrowia dziecka wychowanie w gromadzie.

Pomijając już to, że przedszkola przeważnie, zwłaszcza dla sfer uboższych, dają lepsze ogólne warunki zdrowotne, bardziej staranną opiekę, należy jeszcze podkreślić możliwość oddziaływania na dziecko drogą sugestji gromady. Dziecko, które nie chce jadać pewnych potraw w domu, zjada je bez oporu, widząc, jak to robią inne dzieci (mleko, tran i t. d.). Gry, zabawy, słuchanie pogadanek, leżakowanie, wszystko to odbywa się według planu, któremu w masie dziecko łatwiej ulega — niż gdy jest w domu.

Przedszkole ułatwia też dziecku przejście do życia gromadnego w szkole, tak, że pierwszy rok nauczania nie jest już tą, jak to zwykle bywa, ciężką próbą nerwów.

W sumie więc należy powiedzieć: umieszczenie dziecka w przedszkolu z punktu widzenia lekarza, daje mu zarówno pewne plusy, jak i minusy, i decyzja nasza może zapaść tylko w zestawieniu z warunkami domowemi dziecka i jego właściwościami.

Dr. J. Bogdanowicz.

O potrzebie częstego mycia rąk u dzieci.

„Prawdziwe utrapienie z temi dziećmi. Tyle razy proszę, by nie brudziły sobie rączek i zawsze bez skutku, zawsze chodzą z brudnemi łapkami“ — tak się uskarża mamusia pięcioletniego Jureczka i trzyletniej Eluni. Rzeczywiście, sprawiają one swej matce wiele kłopotów. Ciągle coś budują w czasie swych zabaw, ustawiają, za chwilę rozkładają i tak wciąż dokoła; a wszystko kończy się ubrudzeniem rączek.

Ale mamusia już nieraz czytała w „Młodej Matce“, z jaką to starannością trzeba przestrzegać czystości rąk u dzieci. Wie dobrze, że sprawa ta jest niezwykle ważną, zwłaszcza teraz, w jesieni, kiedy panują różne choroby zakaźne, jak np. dur. Wie też, że dziecko bardzo łatwo może ulec zakażeniu się, przenosząc zarazki z brudem rąk i paznogci do buzi.

To też mamusia stara się jak najczęściej myć rączki swym pociechom. Używa w tym celu ciepłej, bieżącej wody z pod kranu i przetłuszczonego mydła. Ułatwia to bowiem dokładne usunięcie brudu, a jednocześnie zabezpiecza przed podrażnieniem delikatnej skóry dziecka.

Paznogcie powinny mieć dzieci stale krótko przycięte i oczyszczone. Staranna bowiem mamusia nie znosi ciemnych obwódek za paznokciami; a dzieci zato mają głaciutką i czyściutką skórę, bez śladów zadrapań i ropienia. Przyczyni się to również do zwalczania niektórych robaków u dzieci.

A już jako zasadę przyjęła mamusia mycie rąk przed każdym posiłkiem. Sama zawsze myje wtedy ręce i zachęca do tego swe ślicznotki. Zresztą Jureczek tak się już przyzwyczaił, że nieraz sam o tem pierwszy przypomina.

Mamusia dobrą obrała drogę. Zaprawia bowiem swe maleństwa już od najmłodszych lat do czystości. I to jej się udaje, bo sama świeci im przykładem. Choć więc dzieci często sobie rączki brudzą przy swej codziennej „pracy“, to jednak już nawet teraz pamiętają o potrzebie ich mycia.

Wypływa z tego wiele korzyści: poza czynnikiem wychowawczym i estetycznym, dzieci z pewnością unikną wielu nieraz ciężkich chorób.

Dr. P. Wójciak

Prosimy o nadsyłanie fotografji dziecięcych dla umieszczenia w piśmie.

O LUDZIKU KASZTANOWYM.

BAJECZKA JESIENNA.

Spadają kasztany w kolczastych skorupach.
O, jeden tu upadł! O, drugi tam upadł!
Kasztany błyszczące, bronzowe kasztany,
Blaskiem jesiennego słońca politurowane.

— Jak łatwo się zeschła skorupka odmyka!
— Gdzie scyzoryk? Chcesz, to zrobę z kasztanów
[„Ludzika“.

Będzie to staruszek,
Co ma gruby brzuszek.
Rączki,
Jak pałączki,
Jak rodzynki oczy
I nóżki ze słomy.
Na tych nóżkach jak podskoczy.
— Przeskoczy dwa domy.

Skoczył Ludzik! Tańczy, tańczy. — Wiatr mu gra.
Z drzew opada na tym wichrze liści wiecha pstra.
Opadają wolno liście na ziemię, na ziemię...
Aż tu Ludzik już się zmęczył. Nie tańczy. Już drzemie.

A posłanie ma miękkuchne: liście kasztanowe.
A szron przykrył go kołderką, aż po samą głowę.
A pod głową ma kolczaste poduszeczki z łupin...
..A już słonko się schowało. Deszcz w kałużach
[chlupie...

A-a-a... a-a-a...
Wiatr mu do snu piosnkę gra.
Śpiewa wiatr, gwiżdże wiatr.
— Liść ostatni z drzewa spadł.
Idzie, idzie, idzie zima biała, mroźna, zła.

M. POPOWSKA.

SKALA UCZUĆ RADOSNYCH MAŁEGO DZIECKA.



Ludziom, którzy niewiele mają do czynienia z dzieckiem, wydaje się, że ono albo jest zawsze wesołe, albo zawsze smutne; albo się śmieje, dokazuje i psoci, albo kaprysi i płacze. Pośrednich stanów nie dostrzegają zazwyczaj.

Jednak tak nie jest. Bliższa obserwacja wykazuje, że dziecko od zarania swego życia, t. j. od niemowlęctwa, rozporządza całą skalą różnorodnych uczuć. Zrozumienie tego jest bardzo ważne, gdyż ono właśnie umożliwia przeniknięcie w psychikę dziecka, zwłaszcza w najmłodszym wieku.

Przedewszystkiem zastanówmy się nad tem, co to jest uczucie.

Uczucie jest to *stan nieobojętności* psychicznej. Jeżeli organizmowi albo duszy. czegoś brak, wówczas występuje uczucie przykrości. Zaspokojenie tego, czego brak organizmowi lub duszy człowieka, wywołuje uczucie radości.

Niezadowolenie dziecka, brak humoru lub płacz, jest więc wskazówką, że mu brak czegoś, co wymaga zaspokojenia. Radość zaś — wesołe gaworzenie oseska, pokrzykiwanie, śmiech i śpiew nieco starszego dziecka, są oznaką, że braki i niedomagania organizmu zostały zaspokojone. Zorjentowanie się w reagowaniu dziecka na zabiegi, dotyczące higjeny odżywiania, czy zabawiania, jest szczególnie ważne w pierwszych latach życia, kiedy to dziecko nie potrafi jeszcze wyrażać swoich myśli.

Przyjrzyjmy się niemowlęciu.

Przeżywa już ono dwa rodzaje uczuć. Przedewszystkiem te, które występują wskutek zaspokojenia potrzeb, służących do podtrzymywania życia (wegetatywne), następnie — wskutek działalności mięśni i oglądania otoczenia (zmysłowo - ruchowe). Do pierwszych, które występują najwcześniej, należy zaliczyć uczucie głodu i nasycenia, uczucie przykrości leżenia na mokrem prześcieradełku, uczucie błogości podczas kąpieli i t. d. Przejawy tych uczuć są najbardziej zwierzęce: wściekłość pod wpływem głodu, niecierpliwe pożądanie na widok butelki i t. d.

Do tej samej kategorji należy zaliczyć takie przyjemności, jak wstrząsanie, kołysanie lub huśtanie.

Drugi rodzaj uczuć występuje, wprawdzie, później nieco, ale również bardzo wcześnie, już w pierwszych miesiącach życia. Te uczucia przyjemności występują również po zaspokojeniu potrzeby. Mam tu na myśli tę wielką radość, którą wywołuje dostarczenie organom zmysłowym dziecka koniecznych dla ich rozwoju wrażeń. Organa zmysłowe dziecka, a więc wzrok, słuch i inne, są dopiero w stadjum początkowego rozwoju. Oczy jeszcze niedokładnie widzą, uszy źle słyszą. W pierwszych tygodniach życia musi dziecko nauczyć się oglądać rzeczy obiema gałkami ocznemi, nie zaś — jak pierwotnie — każdą osobno.

Żeby się więc niemowlę tego mogło nauczyć, musi władać swojemi organami zmysłowemi, musi je ćwiczyć. Do tego musi mieć wrażenia, pobudzające czynność tych organów zmysłowych. Gdy ich nie ma, odczuwa dziecko rodzaj głodu, który musi być również zaspokojony. Dlatego dziecko z tak wielkiem zainteresowaniem obserwuje wszystkie przedmioty, które błyszczą, posiadają wyraźne i pełne barwy, oraz które się poruszają. Tak samo pełnią radości reagują na wszelkie wrażenia słuchowe: więc na głosy ludzkie, na melodyjny śpiew, na grę na instrumentach muzycznych, na tykanie zegara, na szmer wody. Podobnie oddziaływują wrażenia dotykowe takie, jak kąpiel, głaskanie i t. d.

Każde więc niezbyt silne zaspokojenie głodu podniet, staje się źródłem niezmiernej radości dziecięcej, a owa radość jest przecież jedyną wskazówką, że rozwój dziecka odbywa się prawidłowo.

Ale to jeszcze nie wszystko. Wprawdzie radość wskutek dostarczenia organom zmysłowym dziecka podniet jest duża, nie jest jednak — najwyższa. A dzieje się to tak dlatego, że dziecko właściwie samo przez się jest bierne. Dorośli dostarczają mu wszystkiego, czego mu brak. A po-



nieważ to jest konieczne, więc dziecko przyjmuje to z wielkiem zadowoleniem.

Lecz dziecko woli samo działać. Pragnie być samo czynne. Rzuca więc nóżkami, wymachuje rączkami, gaworzy lub pokrzykuje. A jeśli te jego samodzielne czyny będą widoczne dla innych lub dosłyszalne, jeżeli wywołują dostrzegalne ruchy, lub też dochodzą do uszu innych, głośne szmery, które powstały wskutek wrażeń

ruchowych (np. szybki ruch ręki, skerowany na metalową ściankę łóżeczka) z wrażeniami zmysłowemi (wzrokowemi, albo słuchowemi), radość dziecka nie ma granic.

Dlaczego? — nasuwa się pytanie.

Odpowiedź na to pytanie dał jeden z niemieckich psychologów (William Stern). Zaobserwował on mianowicie, że jego maleńki synek, liczący niecały roczek, bawił się pokazywaniem wszystkiego, cokolwiek brał do ręki, oraz z największą radością urządzał z tego rodzaj widowiska: wywołując hałas. Wówczas Stern zaczął się zastanawiać, dlaczego wszystkie dzieci tak bardzo się cieszą, gdy uda się im wywołać hałas.

Dlatego (jak przypuszcza) dzieci przeżywają ogromną radość, że *one same* wywołały *hałas*, oraz dlatego, że udało się im pojąć, w sposób jeszcze prymitywny wprawdzie — *prawo przyczynowości*. Zrozumienie dziecka, że ono *samo* wskutek uderzenia blaszanej łyżki o drewniany stolik potrafi *coś stworzyć* i to *coś*, co może być dosłyszalne, wywołuje to szalone uczucie radości.

Dziecko dostrzegło więc przedewszystkiem, że 1) po uderzeniu następuje natychmiast dźwięk — czyli, inaczej mówiąc, uchwyciło *przyczynę* i *skutek*, oraz 2) że *samo* przyczyniło się do powstania czegoś *nowego*. Wzmiankowany psycholog sądzi, że owa radość dziecięca pochodzi z takiego samego źródła, z jakiego pochodzi radość dorosłego. Zachodzi tu bowiem zjawisko pracy i *twórczości* (w tym wypadku — wywoływanie hałasu, a więc czegoś nowego we wszechświecie) oraz proces *poznania* (tu pojęcie, że wskutek uderzenia blaszanej łyżki o drewniany stolik — udaje się coś nowego stworzyć).

Jak z tego wynika — zaspakajanie potrzeb dziecka wywołuje jego zadowolenie, lecz najwyższą radość daje dopiero własna, chociażby najprymitywniejsza, twórczość, to znaczy, gdy *tworzy coś nowego*, gdy staje się *samo przyczyną* czegoś, czego dotąd nie było, kiedy, krótko mówiąc, może zaznaczyć jakoś swoje istnienie i ma wskutek tego poczucie swojej *ważności*.

Zupełnie małe dziecko nie ma oczywiście jeszcze szerszego pola dla twórczości osobistej. Zdobędzie je dopiero później, z biegiem lat. Jednak i tych jego najprymitywniejszych środków wypowiadania się (ekspresji) nie należy lekceważyć, utrudniać, bagatelizować lub ignorować. Przeciwnie. Należy je podtrzymywać i ułatwiać. Dlatego konieczne jest dostarczać dziecku najprostszych środków, umożliwiających mu nietylko ćwiczenie własnych sił, ale i wypowiadanie się. Do tego celu najlepiej będą służyły dla dzieci starszych takie rzeczy, jak: prymitywne instrumenty muzyczne o słabem natężeniu, papier zwykły i barwny, tabliczki z kredkami, klocki, piasek, glina, kolorowe kamyczki i t. d.

Wszelkie samodzielne wyczyny dziecka należy przyjmować z głośnym zachwytem, wielkiem uznaniem i nigdy nie szczędzić mu słów zachęty do dalszych poczynań. Jest to dlatego tak ważne już w najwcześniejszym okresie życia (do dwóch lat), że dziecko nie uzyskałoby wiary we własne siły, a przedwcześnie zrażone

obojętnością starszych, straciłoby ochotę do ponawiania prób czynnego poznawania rzeczywistości. To zaś opóźniłoby następnie (powyżej dwóch lat) chęć zbliżenia się do rówieśników, do współdziałania i współzawodnictwa w obrębie społeczności dziecięcej; czyli wkroczenie na wyższy stopień rozwojowy.

Stefanja Lewartowicz.

Światła i cienie przedszkola.

Głos wychowawcy.

W instrukcji dla wychowawczyń przedszkoli [1]) znajduje się zdanie: „Przedszkole jest instytucją wychowawczą dla dzieci, mających złe warunki domowe".

Powstaje zatem pytanie, co zrobić należy z dzieckiem, które w rozumieniu rodziców ma dobre warunki? Czy oddać je do przedszkola, czy pozostawić w domu?

Czy oddanie dziecka do przedszkola nie będzie przypadkiem egoistycznem pozbyciem się dziecka, dla zmniejszenia sobie kłopotu?

Tak pyta siebie teraz, w początkach roku szkolnego, niejedna matka i waha się... nie wiedząc, co zrobić.

Niezmiernie w porę zjawił się w Nr. 17—18 „Młodej Matki" obrazek p. Dehnelówny z przedszkola. Już teraz mamy w oczach przedszkole. Już widzimy jego radosne, przyjazne dla dziecka oblicze i możemy stwierdzić jego *istotną* wartość wychowawczą.

Przedszkole przedewszystkiem uspołecznia dziecko, daje mu to, co rzadko dać może dom rodzinny — współobcowanie z liczną gromadą rówieśników. Dziecko wobec dzieci jest równe, musi siłą rzeczy ustępować, rezygnować ze swoich zachcianek, rywalizować z silniejszym, podciągać się do poziomu otoczenia i t. d.

Przedszkole usamodzielnia dziecko. Trudności, wobec których staje niejedna matka, tutaj znajdują łatwe rozwiązanie. Dorośli w domu, do pewnego wieku pomagali dziecku; raptem przestają pomagać; stoją i patrzą, bo tak jest wychowawczo lepiej, bo „czas najwyższy", żeby malec zaczął się sam ubierać i rozbierać. Dziecko nie rozumie tych „wyższych" względów, czeka pomocy, kaprysi, wyczuwając jakąś niesprawiedliwość losu.

W przedszkolu, w wychowaniu gromadnem, gdzie z dorosłych jest jedna wychowawczyni na 30-ro dzieci, pomoc gruntowniejsza jest fizycznie niemożliwa. Dziecko to rozumie i podporządkowuje się z konieczności i tylko czasem, kiedy naprawdę nie umie dać sobie rady z jakiemś sznurowadłem, getrami czy haftką, zwraca się o pomoc.

Wszelkie nawyki, przyzwyczajenia dobre, dużo łatwiej wyrabiają się w przedszkolu, niż w domu. Dziecko w domu jest pewnem centrum, na którem skupia się uwaga, zainteresowanie i wola dorosłych. Tutaj jest jednem z 30-ki, stąd sprzeciw wobec woli dorosłych zmniejsza się znacznie.

[1]) Niewydanej jeszcze.

Dziecko broni swej indywidualności w różnorodny sposób. Im silniejsze chcenie „dorosłej" jednostki, tem żywsza obrona ze strony indywidualnej jednostki „małej". W przedszkolu mało jest „chcenia" jednostki. Stwarza się natomiast samorzutnie cały szereg konieczności społecznych. „Musimy iść na palcach, bo obok pracują dzieci starsze; musimy cicho biec, bo „małe" śpią; trzeba wreszcie posprzątać zabawki, bo musi być miejsce na zabawę; trzeba szybko skończyć jedzenie, bo nie będzie czasu na zabawę" — i temu podobne konieczności.

To, co w domu jest żądaniem, tutaj jest zupełnie zrozumiałą potrzebą i dlatego dziecko godzi się na nią łatwo, bez oporu, wytwarzając przyzwyczajenia porządku, czystości, grzeczności i t. d.

Dziecku udziela się pewien żywszy nastrój uczuciowy, towarzyszący zwykle masowym przeżyciom.

Dziecko apatyczne, stępione, zaczyna umieć się cieszyć i martwić, zarażone przykładem towarzyszy.

Wreszcie, atmosfera ogólna, niezastąpiona atmosfera dziecinnych pokojów, w których niema tarć pomiędzy światem dorosłych (najczęściej w obecnych czasach zdenerwowanych), a światem małych, niema skrępowań innych lat, innych potrzeb i innych nastrojów.

Są zdania, że regulamin i planowość zajęć w przedszkolu hamuje i zabija bogatsze indywidualności. Może tak było dawniej, obecnie metodyka pracy w przedszkolu wprowadza wiele swobody w zajęciach i wypowiedzeniu się dziecka. Przewidziane następstwo ruchu i spoczynku jest raczej doskonałem uspokojeniem dla natur nerwowych i nieopanowanych— działa tak, jak sanatorjum na osoby wyczerpane.

Dziecko zatem, które niema rodzeństwa, któremu nie możemy dać swobody oddzielnego pokoju, pomóc mądrą radą w wzbogaceniu ubogiej inicjatywy, musi i powinno być oddane do przedszkola, z tem jednem zastrzeżeniem, aby to przedszkole było pod rozumnem kierownictwem i w dobrych higjenicznych warunkach.

Z. Bogdanowiczowa.

Wykaz przedszkoli miejskich.

1) Czerniakowska 152/54; 2) Zielna 8; 3) Sosnowa 13; 4) Dzika 36; 5) Dzielna 59; 6) Skierniewicka 33; 7) Długa 16; 8) Waliców 10; 9) Książęca 1; 10) Brzeska 2; 11) Grzybowska 45; 12) Lubeckiego 4; 13) Okopowa 55; 14) Grójecka 9; 15) Bema 81; 16) Bonifraterska 25; 17) Ludna 9-a; 18) Św. Jerska 18; 19) Ciepła 17; 20) Płocka 46; 21) Tarchomińska 11 (Praga); 22) Św. Wincentego 47 (Targówek); 23) Piotra Skargi 23; 24) Podskarbińska 24; 25) Ks. Anny 33 (Fortowa); 26) Stępińska 52; 27) Czerniakowska 71 (Wójtówka); 28) Kolejowa 25 (Ochota - Czyste); 29) Marszałkowska 15; 30) Żoliborz (Schronisko dla bezdomnych); 31) Lubelska „Polus" (Schron. dla bezdomnych); 32) Wolska 114; 33) Łucka 2 (Żelazna 55); 34) Grochowska 139 (Grochów II); 35) Rymkiewicza 9 (Marymont); 36) Barszczewska 12 (Potok); 37) Dzika 19; 38) Opalińska 7; 39) Żelazowska 11; 40) Poborzańska 23; 41) Wileńska 35; 42) Grochowska 49; 43) Myszyniecka 4 (Nowe Brudno); 44) Budowlana 7 (Nowe Brudno); 45) Puławska 95; 46) Madalińskiego 50; 47) Warmińska 47; 48) Toruńska 36; 49) Leszno 111; 50) Wspólna 66; 51) Bednarska 26; 52) Al. 3-go Maja 18; 53) Rybaki 24; 54) Ciepła 14; 55) Wolska 54; 56) Okopowa 13; 57) Nowolipie 32; 58) Leszczyńska 5; 59) Solec 26; 60) Krochmalna 83-a; 61) Rozbrat 22; 62) Zajęcza 7; 63) Zawiszy (Schron. dla bezdomn.); 64) Gościniec 17 (Siekierki).

Przyjaciółki.

U podnóża wysokiej skały, przy źródełku, spotkały się raz kozica górska z młodą sarenką.

W pierwszej chwili, kiedy — pochylona nad źródełkiem kozica — usłyszała szelest poruszanych gałązek, zwróciła głowę w stronę, skąd szmer dochodził i na widok wysuwającej się ostrożnie sarenki skoczyła w bok, ale już w następnej chwili, kiedy się przyjrzała zwierzątku, podobnemu do siebie, wróciła na swoje miejsce i piła wodę dalej.

Pierwsza przysunęła się sarenka, trącając przyjaźnie, pyszczkiem kozicę. Obwąchały się — zwyczajem zwierząt — i po bardzo krótkim czasie, już jako dobre znajome, skubały razem mięciutką, soczystą trawę.

I wszystko o sobie już wiedziały. Obie były młodziutkie, obie sierotki.

Kozica odbiegła od stada, zabłąkała się w górach i już nie umiała trafić z powrotem.

Matkę sarenki schwytali w samotrzask i zamkęnli w zwierzyńcu, a sarenka została sama, samiuteńka — a tak bardzo boi się, że ciągle przebiega z miejsca na miejsce.

— Wysoko na tej górze — powiedziała kozica — jest mała polanka, zupełnie schowana w gęstwinie drzew, to moje schronienie. Mam tam miejscami bardzo dobrą trawę, a do wody schodzę tu do źródełka. Jeśli zechcesz, możemy tam zamieszkać razem, będziemy sobie jakoś radzić.

— A czy potrafię tak zręcznie biegać po górach, jak ty — spytała nieśmiało sarenka.

— Przywykniesz to i potrafisz, toż i my, kozice, uczymy się biegać po skałach od dziecka. —

Poszły. Kozica biegła jak wicher, ledwo dotykając ziemi, sarenka z trudem podążała za nią, potykając się co moment o ostre, wystające kamienie.

Rzeczywiście polanka była doskonała na schronienie dla dwóch biednych, bezbronnych kózek. Zacisznie i dobrze im tam było. A że sarenka tęskniła za doliną, schodziły po kilka razy dziennie do źródełka.

Aż pewnego poranku, kiedy piły wodę przy źródełku, usłyszały groźne szczekanie psa i w tej samej chwili huknął strzał.

Obu biedaczkom nie obcy był ten odgłos. Przerażone, zaczęły się szybko piąć pod górę. Już były blisko zakrętu, za którym była ich polanka, kiedy sarenka zaczepiła się kopytkiem o szczelinę w skale i ani rusz nie mogła wyciągnąć z niej kopytka, a gdy coraz silniej szarpała, raptem coś jej trzasło w nodze, upadła; już nie mogła się podnieść. A tu szczekanie psa coraz bliżej słychać.

Kozica pochyliła się nad swoją biedną towarzyszką, ale, że jej nic pomóc nie mogła, a trzeba było się ratować, bo już i kroki czyjeś się zbliżały, zostawiła sarenkę i pomknę-

ła w górę, choć było jej bardzo smutno. Na zakręcie ukryła się i stąd przyglądała się co dalej będzie.

Tymczasem pies, biegnąc śladami kóz, znalazł sarenkę i głośnem szczekaniem przywoływał swego pana. Był to leśniczy. Z dubeltówką, przewieszoną przez ramię, podszedł do sarenki, uwięzionej w szczelinie skały. Myślał, że ją zastrzelił i szedł po swoją zdobycz.

Boże, jak mocno biło serduszko małej sarenki!

Swemi smutnemi oczami, spoglądała wokół, szukając ratunku.

Widocznie usłyszał to biedne serduszko leśniczy, bo podszedł do niej, obejrzał ją i żal mu się zrobiło. Odpędził psa, ostrożnie wyciągnął jej nóżkę, przytem poznał odrazu, że jest złamana, uniósł więc sarenkę, wziął ją na ramiona. Sarenka cicho jęknęła. Myśliwy szybko zaczął schodzić na dół, kierując się ku swemu domowi, oddalonemu zaledwie o kilkadziesiąt metrów.

Zaniósł ją do pustej stajenki, ułożył lekko na sianie, nastawił jej nogę, przyłożył lekarstwo, mocno obandażował, dał jej pić, pogłaskał, przymknął drzwi i żeby się nie lękała, zabrał psa ze sobą do domu.

W nocy zbudziło go głośne szczekanie psa. Wyjrzał przez okno i w świetle księżyca zobaczył jakby przemykającą się ze stajenki sarenkę.

— Co to może być? — pomyślał leśniczy. — Przecież sarenka ma nadłamaną nogę i mowy niema o tem, ażeby mogła nawet stanąć o własnej sile.

Nie. Sarenka leży na sianie i cicho pojękuje. Ale są jednak na piasku ślady jakichś kopytek. Nic nie mógł wymyślić i położył się spać.

Nazajutrz zmienił jej opatrunek, napoił, dał trochę pojeść, popieścił, przytem zauważył z zadowoleniem, że sarenka się go już nie boi i pieszczotliwie ociera się o niego.

A w nocy znów, po gwałtownem szczekaniu psa, zobaczył przemykającą się jakby sarenkę.

— Co to może być? co to może być? Ech, muszę się dowiedzieć. —

I na trzecią noc ukrył się w stajence. Niedługo czekał. Usłyszał cichy tupot kopytek i po chwili wsunęła się ostrożnie kozica.

Ukryta za zrębem skały, widziała co się stało z jej przyjaciółką, szła w oddaleniu za nią, gdy ją niósł leśniczy i teraz dotarła do niej. Obwąchiwała ją, lizała, coś sobie po swojemu opowiadały, potem kozica obejrzała się trwożliwie i szybko wybiegła ze stajenki.

Wzruszył się stary leśniczy. Zostawił na noc drzwi do stajenki uchylone, a w stajence dwie porcje pachnącego siana — bo jedną dla miłego gościa.

A gość co noc przybiegał, a o świcie uciekał.

Nareszcie po długiem leczeniu, sarenka podniosła się i stanęła o własnych siłach.

Ucieszył się bardzo leśniczy i nawet pies „Kusy", radośnie poszczekiwał i kręcił ogonem.

— Cóż — myślał sobie stary — teraz, jak nabierze sił, pójdzie w las i nie wróci, szkoda, przyzwyczaiłem się do niej, miłe zwierzątko, zostanę znów sam.

Ale „miłe zwierzątko" wcale nie

myślało uciekać w las. Wychodziła do lasu, a wieczorem, równo z zachodem słońca, przybiegała do swojej stajenki, prowadząc ze sobą kozicę, swoją przyjaciółkę.

Ludzie, przechodząc koło zagrody leśnika, ze zdziwieniem przyglądali się, jak przy siedzącym na ławie przed domem leśniczym, skubały spokojnie trawę: sarenka i kozica.

Wygarniały mu z ręki chleb i zaczepiały „Kusego", który spał u nóg swego pana.

Wanda Kalinowska

Nasze rozmowy na spacerze.

LIŚCIE.

Już po wesołem i upalnem lecie. Słońce blade i zaledwo ciepłe, dni codzień krótsze. Ale jakże pięknie teraz na spacerze w parku. Drzewa i krzaki mienią się barwami żółtości, jakby wszędzie było pełno słońca. Zielone liście zamieniły się w złoto. To robi wszechwładną ręką jesień.

Na spacerze jesiennym bywa ciekawie, jak prawie na wiosnę. A przedewszystkiem te liście złote, blado-żółte, rdzawe i czerwone, które opadają ciągle i zaściełają wszystkie ścieżki.

Codzień zmiatają je pracowicie długie miotły stróży i codzień leżą nowe. Na dalekich, zapomnianych uliczkach można brodzić po nich do kostek. Oczywiście, że dzieci chcą koniecznie wiedzieć czy wszystkie liście muszą opaść i dlaczego właściwie opadają tak wszystkie naraz?

Z jednych drzew spadają listki bardzo prędko i teraz już świecą zupełnie nagie gałązki; na innych trzymają się jeszcze mocno i szumią na wietrze, ale opadną potrochu wszystkie. Kiedy przyjdzie brzydki, pełen wiatru i deszczu miesiąc listopad, nie będzie już prawie nigdzie liści, tylko gdzie niegdzie może zostaną jakieś nędzne resztki, suche i poczerniałe.

Jeden dąb nie zrzuca wszystkich liści jesienią, dużo ich zostaje na drzewie i nie opadają, aż na wiosnę, kiedy nowe listki zaczną rozwijać się z pąków. Musimy poszukać potem dębu w parku, żebyście mogli zobaczyć, jak wyglądają jego twarde w okrągłe zęby wycinane listki.

Ale dlaczego opadają liście? Trzeba najpierw wiedzieć, że liście, dla drzew i dla wszystkich roślin są bardzo ważne. Przez liście drzewo oddycha, tak, jak my ustami i płucami, liście też biorą dla drzewa pożywienie z powietrza, liście, trzeba wam wiedzieć, to cała kuchnia, gdzie jedne pokarmy zamieniają się w inne.

Liście pracują dla drzewa od wczesnej wiosny. Pracują nie tylko w dzień ale i w nocy. Przez wiosnę i lato drzewo rośnie w górę, wypuszcza nowe gałązki, a pień jego grubieje, a od korzeni do liści krążą ciągle soki odżywcze. A potem przychodzi jesień, przychodzi czas odpoczynku dla wszystkich roślin. Liście już nie będą potrzebne drzewu, skończyły swoją pracę. Soki z liści odpływają cieniutkiemi rureczkami, które mieszczą

się w liściowych „nerwach", odpływają przez ogonek liścia do pnia drzewa i przez to liść zmienia barwę z zielonej na żółtą lub czerwonawą. Choć takie teraz ładne, liście drzew są umarłe i niepotrzebne.

W lesie, gdzie nikt liści nie zmiata, leżą one pod drzewami tak długo, aż od wilgoci zupełnie zgniją i staną się pokarmem dla korzonków różnych roślin, które w lesie rosną. Nie zmarnują się wcale. W parkach i ogrodach grabi się i zmiata liście, będą niedługo potrzebne, żeby ciepłą kołderką przykryć od mrozów krzaki róż, cebulki tulipanów i narcyzów i różne delikatne krzewy.

Będziemy sobie chodzić tu i tam ścieżkami po parku i szukać piękniejszych liści. Nad stawem, te duże drzewa o szeroko rozłożonych konarach, napewno znacie; patrzcie na ten wielki liść, jakby dłoń, o szeroko rozłożonych palcach, cały żółty, aż do grubego ogonka, to liść kasztana. Przypatrzcie się mu dobrze, a zobaczycie wyraźnie, te „nerwy" i drobne żyłki, o których mówiliśmy przedtem, i jak wszystkie zbiegają się do ogonka. Zobaczycie też zgrubiałe zakończenie ogonka, którem liść był uczepiony do gałęzi drzewa. Kiedy przyszedł czas, jak łatwo oddzielił się od niej, aby opaść.

Ale najpiękniejsze są liście klonu. Bardzo łatwo odróżnicie je od innych; są duże, szerokie z wyraźnemi zębami, podobne do dłoni ludzkiej o palcach złączonych ze sobą i tak ślicznie zabarwiają się na jesień. Patrzcie, ten liść jest pół czerwony, a pół żółty i ma jeszcze tu i owdzie plamki zielone. Zupełnie jakby kto namazał go pędzlem, używając to tej, to innej barwy, a tamten jeszcze ładniejszy i ten jeszcze, a każdy inny. A jak stać trochę pod drzewem cicho, prawie bez szelestu, zaraz zleci taki złocisty liść, krążąc trochę w powietrzu, jak mały latawiec.

Mamy już dwa liście kasztanu i pięć klonowych, ułożone w złocisty wachlarz, ale poszukamy jeszcze. Liście lipy są jasno-żółte, wycięte w kształt serca i naokoło w drobne ząbki, a jeszcze liście wiązu, liście buku, pięknie czerwone, drobniutkie listki brzozy i rozmaite inne.

J. Brzósko - Guderska.

Punktualna opłata prenumeraty przyczynia się do rozwoju pisma.

Dziś jeszcze wnieś opłatę za kwartał IV na konto P. K. O. 14.555.